



PENGARUH POLA DIET TERHADAP KEJADIAN DISPEPSIA FUNGSIONAL DI RSUD KOTA TIDORE KEPULAUAN

Ferdian Hadiyat*, Abd Hakim Husen, Asyura Abdullah

Prodi pendidikan dokter, Fakultas Kedokteran Universitas Khairun

SUBMISSION TRACK

Received: February 28, 2022
Final Revision: March 13, 2022
Available Online: March 25, 2022

KEYWORDS

Dyspepsia, Tea, Coffee, Types Of Irritating Food

CORRESPONDENCE

Ferdian Hidayat
E-mail: ferdian999@gmail.com

A B S T R A C T

The habit of consuming foods and beverages such as spicy or sour foods, drinking tea or coffee and other carbonated drinks can increase the risk of developing dyspepsia syndrome. This study aims to determine the relationship between dietary patterns and the incidence of dyspepsia. This cross-sectional study involved 134 people who were carried out at the Internal Medicine Polyclinic of the Tidore Kepulauan City Hospital. The results showed that the dominant type of food in the spicy category was 59 people (44%), and the most preferred type of beverage was coffee as many as 71 people (53%). The results of the chi square test obtained a very significant P-value for the variables of types of drinks and types of food, namely <0.05. The conclusion of the study is that types of foods such as spicy, fatty and sour causes an increase in the incidence of dyspepsia, as well as drinks such as coffee and tea trigger an increase in stomach acid.

I. PENDAHULUAN

Perkembangan kesehatan di Indonesia saat ini dihadapkan pada dua masalah yaitu disatu pihak merupakan penyakit menular yang dimana masih masalah kesehatan masyarakat yang belum banyak tertangani dan di lain pihak terjadi peningkatan kasus-kasus penyakit tidak menular yang disebabkan oleh pola makanan yang berubah dan gaya hidup. Salah satu masalah kesehatan yang disebabkan oleh perubahan dari pola makanan atau diet makanan serta gaya hidup adalah *Dyspepsia Fungsional* (Wahyu & Supono, 2015).

Penyakit dispepsia adalah suatu kondisi medis yang ditandai dengan nyeri atau rasa tidak nyaman

pada perut bagian atas atau ulu hati (Muniroh, 2015). *Dispepsia Fungsional* juga merupakan salah satu masalah kesehatan yang sangat sering ditemui dalam kehidupan sehari-hari keluhan kesehatan yang berhubungan dengan makan atau keluhan yang berhubungan dengan gangguan saluran cerna (Nugroho, 2018; Sumarni & Andriani, 2019).

Saat ini dilaporkan terdapat 25 % penduduk dari seluruh populasi penduduk dunia pernah mengalami gejala dispepsia fungsional setiap tahunnya, dan pada umumnya hanya sedikit dari mereka yang mendapat pertolongan dan penanganan yang adekuat pada tahap – tahap awal gejala muncul

sehingga dapat menghindari diri dari komplikasi. Angka kejadian *dispepsia* di masyarakat luas tergolong tinggi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada suatu komunitas selama 6 bulan, tingkat keluhan *dispepsia* mencapai 38 %, dimana pada penelitian tersebut dinyatakan bahwa keluhan *dispepsia* banyak didapatkan pada usia yang lebih muda (Naturan et al., 2017; Noviasy & Susant, 2020; Nugroho, 2018; Sumarni & Andriani, 2019).

Berdasarkan angka kejadian fenomena diatas, dapat disimpulkan bahwa banyak yang mengalami *Sindroma Dispepsia Fungsional* dan kurangnya pengetahuan pasien tentang penyakit ini. maka penulis tertarik untuk mengkaji lebih dalam tentang "Pengaruh Diet dan Gaya Hidup Terhadap Kejadian Dispepsia Fungsional", yang dimana penelitian ini akan dilakukan khususnya pada pasien yang berobat jalan di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Kota Tidore Kepulauan.

II. METODE

Jenis penelitian ini adalah analitik observasional menggunakan desain cross sectional. Pelaksanaan kegiatan penelitian ini dilakukan selama 6 (Enam) hari yang bertempat di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Kota Tidore Kepulauan. Responden yang didapatkan selama kegiatan penelitian sebanyak 134 sampel.

Saat pengumpulan data di lapangan, peneliti dibantu oleh 3 mahasiswa yang sebelumnya sudah mendapatkan edukasi cara menghadapi dan membagi kuesioner. 3 enumerator tersebut sebelumnya tidak pernah mengenal responden.

Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kejadian dyspepsia yang diukur menggunakan hasil diagnosis dokter di Poliklinik

Penyakit dalam RSUD Kota Tidore sedangkan variabel independennya adalah pola diet. Variabel Pola diet diukur menggunakan kuesioner yang telah divalidasi sebanyak 10 item pertanyaan dengan rentang nilai 0-10 point. Variabel gaya hidup diukur menggunakan kuesioner yang telah tervalidasi terdiri atas 10 pertanyaan dengan rentang nilai 0-10.

Analisis data menggunakan uji chi square dimana variabel yang memiliki nilai P-value < 0,05 dianggap signifikan.

III. HASIL

Hasil penelitian ini menyajikan data responden yang disajikan pada table 1 berikut:

Tabel 1. Karakteristik Pasien Dispepsia Fungsional di RSUD Kota Tidore

Karakteristik	N	%
Jenis Kelamin		
- Laki-laki	48	30,0
- Perempuan	86	70,0

Pada table 1 menunjukkan bahwa dominan responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 86 orang (70%) dan laki-laki sebanyak 48 orang (30%).

Table 2. Distribusi Frekuensi Variabel Penelitian

Karakteristik	N	%
Jenis makanan		
Asam	52	38,8
Pedas	59	44
Berlemak	23	17,2
Jenis minuman		
Teh	63	47
Kopi	71	53
Kejadian dispepsia		
Tidak ada	45	33,6
Ada	89	66,4

Pada table 2 menunjukkan bahwa dominan variabel jenis makanan kategori pedas sebanyak 59 orang (44%), dan jenis minuman yang paling

disukai adalah kopi sebanyak 71 orang (53%).

Table 3 Hubungan Antar Variabel

Jenis minuman	Kejadian Dispepsia				P-value
	Tidak ada		Ada		
	n	%	n	%	
Kopi	35	50	35	50	0,000
Teh	10	15,6	54	84,4	
Jenis makanan					
Asam	30	57,7	22	42,3	0,000
Pedas	7	12,1	51	87,9	
Berlemak	8	33,3	16	66,7	

Pada tabel 3 menunjukkan bahwa dari 70 responden yang menyukai minum kopi, terdapat 35 (50%) tidak mengalami dispepsia dan 35 (50%) mengalami dispepsia. Kemudian dari 64 responden yang menyukai teh, terdapat 54 orang (84,4%) menderita dispepsia.

Pada variabel jenis makanan, dari 52 orang yang memiliki kebiasaan makan jenis makanan asam, terdapat 22 orang (42,3%) menderita dispepsia, dari 58 orang yang memiliki kebiasaan makanan pedas terdapat 51 orang (87,9%) menderita dispepsia dan dari 24 orang yang menyukai makanan berlemak, ada 16 orang (66,7%) menderita dispepsia.

Hasil uji chi square diperoleh nilai P-value yang sangat signifikan variabel jenis minuman dan jenis makanan yakni $< 0,05$.

IV. DISCUSSIONS

1. Jenis minuman

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa minuman jenis kopi atau teh memiliki kecenderungan menyebabkan dispepsia karena semakin menyukai kopi semakin pula banyak menderita dispepsia.

Salah satu faktor risiko yang menyebabkan terjadinya dispepsia diantaranya adalah konsumsi kafein. Kafein biasanya paling banyak ditemukan pada produk minuman seperti kopi (Susanti et al., 2011). Pada tahun 2009, terjadi peningkatan konsumsi kopi harian pada remaja berusia 18-24 tahun. Konsumsi kopi sebagai sumber utama kafein di Indonesia sendiri mengalami peningkatan sebesar 98% dalam 10 tahun terakhir (Fithriyana, 2018). Kafein yang terdapat pada kopi pada sistem gastrointestinal akan meningkatkan sekresi gastrin sehingga akan merangsang produksi asam lambung. Tingginya asam menyebabkan peradangan serta erosi pada mukosa lambung sehingga dapat memunculkan gangguan dispepsia (Kefi et al., 2022).

Makanan atau minuman yang mengandung gas dan bersifat asam memiliki pH yang sangat rendah yaitu 3-4 dan dalam minuman mengandung gas juga terdapat kafein yang dapat menyebabkan berlebihnya produksi dan mempercepat proses kenaikan asam lambung sehingga akan timbul iritasi pada lambung dan dapat menyebabkan produksi gas berlebih

dalam lambung yang membuat perut terasa kembung (Bestari et al., 2020).

Penelitian yang dilakukan (Palar & Waleleng, 2013) yang menunjukkan adanya hubungan antara kebiasaan minum kopi dengan kejadian dispepsia, dalam penelitian tersebut didapatkan orang yang memiliki kebiasaan minum kopi dan mengalami dispepsia sebanyak 50,6% dari keseluruhan responden. Penelitian oleh (Nugroho, 2018) juga menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara minum kopi dengan dispepsia, dengan $p < 0,05$. Penelitian yang dilakukan oleh (Buran, 2019), menunjukkan hasil terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan mengkonsumsi kopi dengan kejadian dispepsia.

2. Jenis makanan

Kebiasaan makan yang teratur sangat penting bagi sekresi asam lambung karena kondisi tersebut memudahkan lambung mengenali waktu makan sehingga produksi asam lambung terkontrol. Kebiasaan makan tidak teratur akan membuat lambung sulit untuk beradaptasi. Jika hal ini berlangsung lama, produksi asam lambung akan berlebihan sehingga dapat mengiritasi dinding mukosa pada lambung sehingga timbul gastritis dan dapat berlanjut menjadi tukak peptic (Afifah, 2019).

Pada penelitian ini diperoleh kecenderungan data bahwa semakin responden menyukai makan jenis pedas dan berlemak makan akan cenderung menderita penyakit dispepsia dan sebaliknya. Didapat pula data bahwa kebiasaan makan asam menyebabkan terjadinya dyspepsia (Bestari et al., 2020).

Jenis- jenis makanan yang dikonsumsi juga mempengaruhi terjadinya dispepsia seperti mengkonsumsi makanan pedas secara berlebihan, hal ini akan merangsang sistem pencernaan, terutama lambung dan usus untuk berkontraksi yang

mengakibatkan rasa panas dan nyeri di ulu hati yang disertai mual dan muntah (Ika et al., 2021). Hasil studi menyatakan bahwa konsumsi makanan pedas secara rutin merupakan salah satu faktor risiko terjadinya Precancerous Lesion of Gastric Cancer (PLGC) yakni timbulnya luka pada lambung yang dapat mengarah pada terjadinya kanker, secara medis timbulnya luka tersebut dikarenakan iritasi akibat produksi asam lambung berlebih yang distimulasi oleh makanan pedas.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Irfan, 2019) yang mendapatkan hasil, kecenderungan jumlah responden yang mengonsumsi makanan dan minuman iritatif lebih banyak mengalami sindrom dispepsia sebanyak 247 orang (97,2%).

V. CONCLUSION

Jenis makanan seperti pedas, berlemak dan asam menyebabkan peningkatan angka kejadian dyspepsia, begitupula pada jenis minuman seperti kopi dan teh memicu peningkatan asam lambung.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, N. (2019). *Hubungan Tingkat Stres dan Pola Makan dengan Kejadian Sindrom Dispepsia pada Mahasiswa Ilmu Keperawatan Semester Delapan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. Universitas' Aisyiyah Yogyakarta.*
- Bestari, I. P., Rizal, F., & Lubis, S. Y. (2020). Hubungan Pola Makan terhadap Kejadian Dispepsia di RSUD Meuraxa Kota Banda Aceh. *Kandidat: Jurnal Riset Dan Inovasi Pendidikan*, 2(1), 6–73.
- Buran, A. S. (2019). *Asuhan Keperawatan Medikal Bedah Komprehensif Pada Tn. AK Yang Menderita Sindrom Dispepsia Di Ruang Cendana Rs Bhayangkara Drs. Titus Uilly Kupang.* Poltekkes Kemenkes Kupang.
- Fithriyana, R. (2018). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dispepsia pada Pasien di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(2), 43–53.
- Ika, I., Anto, A., & Lestiarini, D. (2021). Pengaruh Sikap Pemenuhan Pola Makan Terhadap Pencegahan Gastritis Pada Mahasiswa. *Nursing Care and Health Technology Journal (NCHAT)*, 1(1), 25–30.
- Irfan, W. (2019). *Hubungan Pola Makan dan Sindrom Dispepsia Pada Mahasiswa Pre Klinik Fakultas Kedokteran UIN Syarif Hidayatullah Jakarta 2019.* UIN Syarif Hidayatullah Jakarta-FK.
- Kefi, C. G. B., Artawan, I. M., Dedy, M. A. E., & Lada, C. O. (2022). Hubungan Pola Makan Dengan Sindroma Dispepsia Pada Mahasiswa Pre Klinik Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. *Cendana Medical Journal (CMJ)*, 10(1), 147–156.
- Muniroh, L. (2015). Riwayat Makanan yang meningkatkan Asam Lambung sebagai Faktor risiko Gastritis. *Gizi Indonesia*, 38(1), 9–20.
- Natun, R. E., Candrawati, E., & Warsono, W. (2017). Hubungan konsumsi alkohol dengan nyeri lambung pada mahasiswa laki-laki program studi teknik sipil universitas tribhuwana tunggadewi malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2(3).
- Noviasty, R., & Susant, R. (2020). Changes in Eating Habits of Nutrition Specialist Students During the Covid-19 Pandemic. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Mulawarman*, 2(2), 90–99.
- Nugroho, R. (2018). *Gambaran Karakteristik Pasien Dengan Sindrom Dispepsia Di Puskesmas Rumbai.*
- Palar, S., & Waleleng, B. J. (2013). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Sindroma Dispepsia Fungsional Pada Remaja Di Madrasah Aliyah Negeri Model Manado. *E-CliniC*, 1(2).
- Sumarni, S., & Andriani, D. (2019). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Dispepsia. *Jurnal Keperawatan Dan Fisioterapi (Jkf)*, 2(1), 61–66.
- Wahyu, D., & Supono, N. H. (2015). Pola Makan Sehari-hari Penderita Gastritis. *J Inf Kesehat Indones*, 1(1).